

## Pratique instrumentale et estime de soi

Aurélie Broutin

► **To cite this version:**

| Aurélie Broutin. Pratique instrumentale et estime de soi. Education. 2013. dumas-00861589

**HAL Id: dumas-00861589**

**<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-00861589>**

Submitted on 13 Sep 2013

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



**MASTER SMEEF SPÉCIALITÉ  
« PROFESSORAT DES ÉCOLES »  
DEUXIÈME ANNÉE (M2)  
ANNÉE 2012/2013**

**Pratique instrumentale et estime de soi**

**NOM ET PRÉNOM DE L'ÉTUDIANT : BROUTIN Aurélie**  
**SITE DE FORMATION : Villeneuve d'Ascq**  
**SECTION : 1**

**NOM ET PRENOM DU DIRECTEUR DE MEMOIRE : Madame FABRE-TOURNON Florence**  
**DISCIPLINE DE RECHERCHE : Musique**

**Direction**

365 bis rue Jules Guesde  
BP 50458  
59658 Villeneuve d'Ascq cedex  
Tel : 03 20 79 86 00  
Fax : 03 20 79 86 01  
Site web : [www.lille.iufm.fr](http://www.lille.iufm.fr)

Institut **U**niversitaire de **F**ormation des **M**aitres  
École interne de l'Université d'Artois



UNIVERSITÉ D'ARTOIS



# Pratique instrumentale et estime de soi.



La musique nous plaît, elle nous émeut, elle nous excite, elle nous stimule ; et elle agit de même sur tous les êtres humains <sup>1</sup>.

En dépit des apprentissages passés, chacun peut apprendre à considérer qu'il a de la valeur, avoir une haute estime de soi, avoir confiance en soi. Nous avons tous une sagesse interne, nous avons tous deux hémisphères cérébraux. Nous avons un cœur.

Si nous pouvons accepter l'idée que nous avons la capacité d'envoyer des gens sur la lune, nous pouvons accepter d'élever le sentiment que nous avons de notre propre valeur <sup>2</sup>.



---

1. BENCIVELLI S., 2009, *Pourquoi aime-t-on la Musique ?*, Belin.

2. SATIR V., 1983, *Favoriser l'estime de soi à l'école*.

## **Remerciements**

Je remercie Madame Fabre-Tournon, directrice du séminaire, et Madame Lucidarme pour leur aide apportée à ce mémoire, pour leur écoute et leurs connaissances.

Je souhaite également remercier les directeurs, les enseignants ainsi que les élèves de CM2 des deux écoles (classe CHAM et classe ordinaire) dans lesquelles je suis allée recueillir des données.

Un grand merci également aux personnes qui m'ont donné de leur temps pour témoigner.

## SOMMAIRE

<b>Introduction.....</b>	<b>p.5</b>
<b>Le concept de soi.....</b>	<b>p.6</b>
Définition.....	p.6
Les différentes formes de l'estime de soi.....	p.10
L'estime de soi et la confiance en soi.....	p.13
L'estime de soi, la confiance en soi, la musique et l'école.....	p.16
<b>L'éducation musicale et la confiance en soi.....</b>	<b>p.18</b>
Les programmes de 2008.....	p.18
Présentation des écoles, des élèves et du dispositif mis en place.....	p.19
Questionnaires.....	p.22
Recueil des données.....	p.22
Analyse des résultats.....	p.22
Témoignages.....	p.30
<b>Conclusion.....</b>	<b>p.33</b>
<b>Bibliographie.....</b>	<b>p.35</b>
<b>Annexes.....</b>	<b>p.36</b>

## INTRODUCTION

Dans la préface de l'ouvrage de Brigitte Soulas, Gérard Vergnaud souligne le fait que l'apprentissage de la musique tient une place considérable dans la société actuelle. L'interrogation présentée dans l'ouvrage : « Quels sont les enjeux de l'apprentissage de la musique dans la formation de la personne ? » est une question essentielle que doit se poser tout enseignant, malgré des avis parfois défavorables comme ceux qui soutiennent que "faire de la musique" à l'école est inutile ou qu'il s'agit d'une activité non fondamentale. Or, une pratique musicale apporte une touche d'émotion, ce qui reste d'ailleurs un des objectifs de la pratique musicale définis dans les programmes de 2008 : « développer l'aptitude à l'expression, ainsi que de donner le goût de la création <sup>3</sup> ».

Les idées développées par le psychologue américain William Jones en 1890 sont intéressantes, car il a défini pour la première fois le concept d'estime de soi. Cette dernière ne se développe qu'à partir de l'âge de 8/9 ans chez un individu. Ainsi, l'enfant devient capable de récupérer les images de soi positives qui proviennent de ses expériences passées et de les intégrer afin de constituer son estime de soi. L'enfant peut alors faire une évaluation globale de sa valeur personnelle et il peut aussi estimer sa valeur dans chacun des domaines de sa vie, selon ses critères personnels ou selon ceux des personnes jugées importantes. L'enfant commence donc à évaluer sa propre valeur et il est apte à exprimer l'estime qu'il a de lui-même à d'autres personnes par ses actes, ses paroles et ses attitudes. Il s'agit donc ici de vérifier si les apprentissages musicaux permettent de contribuer à l'acquisition d'une estime de soi. Pour ce travail, des enquêtes ont été réalisées auprès d'élèves de CM2 (Cycle 3) d'une classe CHAM (Classe à horaires aménagés en musique) et d'une classe ordinaire.

Selon la psychologue Anne Bacus, l'estime de soi est déterminante chez un individu. L'enfant pourra pleinement se réaliser en construisant une vie qui lui convient, en réalisant de nombreux projets, tout en étant créatif. Cette force qu'il détiendra lui permettra d'être tolérant et d'aller à la rencontre d'autrui. L'enfant qui a confiance dans ses facultés et qui

---

3. Bulletin Officiel n°3 du 19 Juin 2008

possède une bonne estime de lui-même saura s'adapter plus facilement à de nouvelles situations :

L'estime de soi n'est rien d'autre que l'idée que nous nous faisons de nous-mêmes. Cela transparait dans la façon de parler de soi, mais aussi dans les pensées et dans les actes <sup>4</sup>.

Germain Duclos, orthopédaque et psychoéducatrice, a consacré quarante ans de sa vie à la compréhension du développement chez les jeunes, principalement à l'Hôpital Sainte-Justine. Il précise que développer l'estime de soi des enfants est d'une grande importance : c'est un héritage qu'on leur donne. L'enfant, comme tout individu, vivra des épreuves plus tard (échecs ou réussites). Pour surmonter une épreuve ou relever un défi, il est nécessaire que l'individu recherche ses ressources personnelles, et pour aller les chercher, il faut qu'il en soit conscient. Le fait que l'enfant se prenne en mains à un moment donné est fondamental. C'est d'ailleurs pourquoi il pense que l'estime de soi est un facteur de protection contre la dépression et une base fondamentale pour être heureux.

Jouant d'instruments depuis toute jeune, j'ai pu remarquer que pour ma part être sensible à la musique permet de libérer beaucoup de choses positives de soi, comme des émotions, des sentiments, et m'a apporté une certaine confiance en moi. Aussi, je pense qu'avoir un lien avec la musique permet d'avoir un autre rapport avec soi-même, c'est pourquoi je souhaitais mettre en relation l'éducation musicale et l'estime de soi, et plus précisément l'éducation musicale et la confiance en soi, car il me semble que la musique apporte des bienfaits chez les individus, notamment chez les enfants. Lors de ce mémoire, l'aspect de la pratique instrumentale a été privilégié chez les élèves du Cycle 3, car dans la classe CHAM où j'ai proposé les questionnaires, tous les enfants jouent d'un instrument, et c'est cet élément qui ressort plus particulièrement dans les réponses aux questions posées : ils mettent souvent en lien le fait de jouer d'un instrument et la confiance en eux.

---

4. BACUS A., 2003, *Mon enfant a confiance en lui*, Marabout.



La question de départ est donc la suivante : La musique a-t-elle une influence sur l'estime de soi chez un enfant ? Et l'hypothèse de départ serait que l'éducation musicale peut renforcer positivement l'estime de soi d'un enfant. Cette hypothèse prend en compte le concept de l'estime de soi qui est complexe et très large, et dans le cadre de l'éducation musicale, un travail plus orienté sur la confiance en soi semble mieux adapté. Il s'agira de s'appuyer plus précisément sur la confiance que peut amener une pratique instrumentale chez des élèves allant au conservatoire, et de comparer ces recherches avec des élèves ne jouant pas d'instrument(s).

Ma problématique est ainsi la suivante : **Une pratique instrumentale régulière favorise-t-elle positivement le sentiment de confiance en soi chez des élèves du Cycle 3 (CM2) contribuant ainsi à construire leur estime de soi ?**

Pour être le plus objectif possible, un suivi sur plusieurs années (pendant toutes les années de l'école élémentaire, du cours préparatoire au cours moyen deuxième année) aurait été nécessaire chez des élèves musiciens et non musiciens. L'idéal serait donc de réaliser des expériences, des questionnaires, des entretiens auprès d'élèves sur une longue période (de plusieurs années) avec un grand échantillon d'élèves, afin d'avoir des comparaisons plus précises. Or, dans le cadre de nos études de Master, le temps et l'échantillonnage sont restreints, mais des conclusions partielles peuvent tout de même être émises.

Pour commencer, la définition du concept de soi permettra de se familiariser avec ce dernier, en évoquant également ce qu'est l'estime de soi et la confiance en soi, et pourquoi est-ce important pour le développement d'un individu. Cette première partie combinera des éléments théoriques et pratiques (propos d'élèves), pour ensuite évoquer dans une seconde partie l'analyse de la comparaison sur l'estime de soi entre les élèves de la classe CHAM qui jouent d'un instrument et la classe ordinaire dont les élèves ne pratiquent pas un instrument, et enfin quelques témoignages seront présentés pour analyser davantage le lien entre l'éducation musicale et la confiance en soi.

## I] Le concept de soi :

### A) Définition :

Selon George Herbert Mead (1863-1931), sociologue, sociopsychologue et philosophe américain, un individu peut être l'objet de sa propre attention, ce qui correspond alors au rôle de sujet. C'est avec la présence d'autres personnes que cet individu pourra prendre le point de vue d'autrui, ce qui l'amènera à être l'objet de sa conscience. Jean Piaget va dans le même sens que ce sociologue, car au départ, il précise que l'individu est égocentrique du fait qu'il ne porte pas un jugement objectif vis-à-vis de lui-même. C'est le contact régulier avec autrui qui l'amènera à l'autocritique et à la conscience de soi. En 1979, Rosenberg définit le concept de soi comme « la totalité des pensées et des sentiments de l'individu ayant comme référence lui-même en tant qu'objet<sup>5</sup> ». Ce concept se forme avec les expériences de l'environnement, comme par exemple le « miroir social » présenté un peu plus loin. En 1994, R. L'Écuyer donne la définition suivante : « le concept de soi se réfère à la façon dont la personne se perçoit, à un ensemble de caractéristiques (goûts, intérêts, qualités, défauts, etc.), de traits personnels (incluant les caractéristiques corporelles), de rôles et de valeurs, etc., que la personne s'attribue parfois positivement ou négativement et reconnaît comme faisant partie d'elle-même, à l'expérience intime d'être et de se reconnaître en dépit des changements<sup>6</sup> ». Ce concept de soi correspond aux perceptions qu'un individu éprouve au sujet de lui-même. Pour aller plus loin, la construction du Soi entraîne un triple processus<sup>7</sup> du point de vue de la psychanalyse :

- un processus « somato-psychique », où l'image de soi se maintient sur l'image du corps ;
  
- un processus « pulsionnel », qui relève du narcissisme, avec l'installation d'images objectives et qui commence par l'amour et l'estime de soi ;

---

5. Rosenberg, 1979, *Conceiving the self*, New York (d'après la thèse de Julien Chanal).

6. Francis Danvers, 1994, *500 mots-clefs pour l'éducation et la formation tout au long de la vie*, préface de Christophe Wulf, Septentrion, pages 541-542.

7. Lipiansky, 1998.

- un processus « relationnel » et « inter subjectif », où l'image de soi se construit dans le regard de l'autre, et notamment dans le regard des parents pour le jeune enfant.

Ce concept est très complexe pour en donner UNE définition. Le jugement favorable ou défavorable que se fait une personne d'elle-même correspond à l'estime de soi.

Pour plusieurs auteurs, les définitions données à ce concept de soi données avant 1980 sont inadaptées du fait d'un manque de théories. Shavelson, Hubner et Stanton ont proposé une nouvelle définition du concept de soi, et plus précisément du concept de l'estime de soi : « En terme très large, le concept de soi est une perception d'un individu sur soi-même ». Pour ces trois personnes, le concept de soi peut être décrit selon sept caractéristiques fondamentales :

- 1) *Organisé/Structuré* : toute personne instaure ses expériences en fonction de différents éléments de l'environnement, comme la famille, les amis, le travail ou encore l'école. Cette organisation varie évidemment en fonction des individus.
- 2) *Multidimensionnel* : les différents domaines du concept de soi d'un individu sont dépendants de plusieurs catégories qui lui sont propres, comme l'acceptation sociale, le domaine scolaire, l'attirance physique et la compétence physique.
- 3) *Hiérarchique* : le concept de soi est composé à partir du Soi en domaines et sous-domaines. Il est séparé en deux composantes, qui sont le soi scolaire et le soi non scolaire (comme par exemple le concept de soi social, émotionnel et physique).

Le questionnaire passé à des élèves de CM2 (que nous étudierons dans la deuxième partie), pour savoir de quelle manière ils se perçoivent et comment ils prennent en compte leur soi émotionnel, leur soi social, leur soi scolaire et leur soi projectif, permet d'établir un lien entre l'éducation musicale et la confiance en soi chez ces enfants interrogés.

- 4) *Stable* : au plus on descend dans la hiérarchie, au plus le concept de soi est muable, car il prend en compte des situations de plus en plus spécifiques à chacun.

- 5) *Développemental* : au cours de l'évolution d'une personne, le concept de soi de celle-ci change progressivement au cours du temps en plusieurs composantes.
- 6) *Évaluatif et descriptif* : le concept de soi présente ces deux caractères, car un individu est capable, dans une même situation, de se décrire et de s'évaluer lui-même. Des élèves de CM2 (de la classe CHAM) sont capables d'utiliser ces deux caractères : « *Je fais de la musique, j'adore ça, je suis un bon musicien* <sup>8</sup> ». L'enfant se décrit comme étant un musicien, et s'évalue en disant qu'il est un bon musicien.
- 7) *Différentiable* : le concept de soi se différencie selon le domaine, comme par exemple la réussite scolaire qui est plus liée au concept de soi scolaire qu'au concept de soi social ou physique.

Cette représentation du modèle multidimensionnel et hiérarchique du concept de soi selon Shavelson, Hubner et Stanton en 1976 est présentée en (**annexe 1**), où le premier tableau met en évidence l'image de soi et le second le concept de soi, qui sont tous deux la même chose. Après avoir défini le concept de soi général, des précisions peuvent être apportées concernant l'estime de soi et ses différentes formes.

## **B) Les différentes formes de l'estime de soi :**

Différentes appellations peuvent exprimer cette estime de soi, comme le concept de soi étudié précédemment, la valeur de soi, l'évaluation de soi, le schéma de soi, l'image de soi, la confiance en soi. D'autres termes peuvent également être employés avec le préfixe « auto », comme l'autodétermination, l'autoévaluation, l'autoefficacité ... Cet ensemble de termes présente l'estime de soi comme un concept multidimensionnel.

Christophe André et François Lelord sont psychiatres et psycho-thérapeutes ; ils présentent également divers aspects renfermés par l'estime de soi, comme « avoir confiance en soi », « être sûr de soi », « être content de soi ». De plus, ils définissent

---

8. Propos d'un élève de CM2 de la classe CHAM.

l'estime de soi comme étant un aspect de notre personnalité complexe à définir. En France, c'est le concept « d'amour-propre » qui était préféré à celui « d'estime de soi », car il témoignait d'une dimension plus affective. « Estimer » possède une double signification : « déterminer la valeur de », ainsi « qu'avoir une opinion sur ». Un adolescent interrogé a donné la définition suivante, en explicitant ce que représentait l'estime de soi pour lui : « c'est comment on se voit, et si ce qu'on voit on l'aime ou pas ». Notre jugement personnel sur nous-même est « vital à notre équilibre psychologique ». Lorsque le jugement est positif, l'individu se sent bien, il est capable de réagir face aux difficultés, alors que lorsque le jugement sur soi est négatif, la personne souffre, et celle-ci peut être perturbée. Voici les différents aspects de l'estime de soi, vus par les deux auteurs, sous forme de tableau <sup>9</sup>:

TERME	DESCRIPTION	INTÉRÊT DU CONCEPT
Avoir confiance en soi	Croire en ses capacités à agir efficacement (anticipation de l'action)	Souligne l'importance des rapports entre l'action et l'estime de soi
Être content(e), satisfaite de soi	Se satisfaire de ses actes (évaluation de l'action)	Sans estime de soi, même les succès ne sont pas vécus comme tels
Être sûr(e) de soi (1)	Prendre des décisions, persévérer dans ses choix	Rappelle qu'une bonne estime de soi est associée en général à une stabilité de décisions
Être sûr(e) de soi (2)	Ne pas douter de ses compétences et points forts, quel que soit le contexte	Une bonne estime de soi permet d'exprimer ce que l'on est en toutes circonstances
Amour de soi	Se considérer avec bienveillance, être satisfait(e) de soi	Rappelle la composante affective de l'estime de soi
Amour-propre	Avoir un sentiment très (trop) vif de sa dignité	L'estime de soi souffre par-dessus tout des critiques
Connaissance de soi	Pouvoir se décrire et s'analyser de manière précise	Il est important de savoir qui on est pour s'estimer

9. André C. et Lelord F., 1999, S'aimer pour mieux vivre avec les autres, Paris, Odile Jacob, page 15.

Affirmation de soi	Défendre ses points de vue et ses intérêts face aux autres	L'estime de soi nécessite parfois de défendre son territoire
Acceptation de soi	Intégrer ses qualités et ses défauts pour arriver à une image globalement bonne (ou acceptable) de soi	Avoir des défauts n'empêche pas une bonne estime de soi
Croire en soi	Supporter les traversées du désert, sans succès ou renforcements pour nourrir l'estime de soi	Parfois, l'estime de soi ne se nourrit pas de succès mais de convictions et d'une vision de soi
Avoir une haute idée de soi	Être convaincu(e) de pouvoir accéder à des objectifs élevés	Ambition et estime de soi sont souvent étroitement corrélées
Être fier(e) de soi	Augmenter son sentiment de valeur personnelle à la suite d'un succès	L'estime de soi a besoin d'être nourrie par des réussites

L'estime de soi repose sur trois piliers, appelés « les trois piliers de l'estime de soi » : il s'agit de **la confiance en soi**, de **la vision de soi** et de **l'amour de soi**. Il est nécessaire d'entretenir un bon équilibre entre ces trois aspects pour avoir une bonne estime de soi.

- L'amour de soi est l'aspect le plus important : il varie en fonction de l'amour de notre famille donnée quand nous sommes enfants. Un individu peut s'aimer malgré les échecs qu'il rencontrent ou malgré ses défauts.

« S'aimer soi-même est bien le socle de l'estime de soi <sup>10</sup>».

- La vision de soi est le deuxième pilier de l'estime de soi. Il s'agit du regard que l'on porte sur soi, en déterminant quels sont nos qualités et nos défauts. Mais en effet, ceci relève de la subjectivité, car ce que nous voyons chez nous, les autres peuvent ne pas le voir. Il est également important de prendre en compte les doutes et les inquiétudes d'un enfant pour que celui-ci reste lui-même.

10. André C. et Lelord F., 1999, S'aimer pour mieux vivre avec les autres, Paris, Odile Jacob, page 17.

- La confiance en soi est la troisième composante de l'estime de soi. Cette notion est souvent le synonyme de cette estime de soi. Être confiant c'est penser que l'on peut agir d'une bonne manière dans certaines situations. Cette confiance en soi est plus simple à identifier que l'amour de soi et la vision de soi. Elle provient généralement de l'éducation inculquée par l'entourage (famille et école). Une personne ayant une confiance en soi non suffisante risque d'être plus sensible dans la vie de tous les jours.

→ Ces trois éléments de l'estime de soi ont des liens entre eux : effectivement, l'amour de soi entraîne plus facilement une vision positive de soi, qui influence également positivement la confiance en soi. Cependant, ces trois aspects peuvent être isolés, principalement lorsqu'un individu a une vision de soi trop fragile ou également lorsqu'il manque d'amour de soi : dans ce cas, l'estime de soi est menacée.

Après avoir défini l'estime de soi, il est nécessaire de comprendre plus précisément à quoi correspond la confiance en soi pour ainsi mettre en évidence les liens qui existent entre une pratique instrumentale et la confiance en soi chez des élèves.

### **C) L'estime de soi et la confiance en soi :**

Les premières années de l'individu sont d'une grande importance, puisqu'elles sont le fondement psychique de l'être humain. Dans le langage courant, l'estime de soi est définie comme la valeur qu'un individu s'accorde, mais des psychologues et des professionnels de l'éducation proposent des définitions plus complexes.

A partir de 1890, le médecin et psychologue William James a décrit l'estime de soi comme étant « la conscience de la valeur du moi <sup>11</sup>».

L'estime de soi est l'évaluation positive de soi-même,  
fondée sur la conscience de sa propre valeur et de  
son importance inaliénable en tant qu'être humain.

---

11. James W., 2010, *Habitude et mémoire*, Volume 2, Paris, L'Harmattan.

Une personne qui s'estime se traite avec bienveillance  
et se sent digne d'être aimée et d'être heureuse <sup>12</sup> .

La définition présentée ci-dessus ne met pas en avant le fait que l'estime de soi d'un individu peut être "négative" : un individu peut également avoir une faible estime de lui-même. Des personnes peuvent avoir un manque de confiance en elles : des psychothérapeutes précisent qu'il faut bien faire la différence entre le manque de confiance en soi qui relève des complexes et celle qui relève de la timidité, même si ces deux catégories vont souvent de pair. Le manque de confiance en soi peut être défini comme étant :

Tout un lot de cognitions, tout un lot d'idées qui vont être centrées autour de la dévalorisation, du regard des autres, du jugement, de la comparaison, c'est-à-dire que les personnes qui manquent de confiance en elles vont pouvoir passer un examen dans le cadre de leur école, vont pouvoir par exemple parler, prendre la parole en public, mais tout va leur coûter beaucoup plus d'énergie ; elles vont se dire "je ne vais pas être capable", "ce que je suis en train de dire n'est pas très intéressant", "je suis nul(le)", dire que les autres personnes sont bien plus efficaces, bien mieux que nous <sup>13</sup>.

Ainsi, il s'agit d'un sentiment de dévalorisation ; le manque de confiance en soi peut se traduire par des complexes (physiques, cognitifs ...). Des activités peuvent avoir un impact positif, comme le théâtre, les sports de combat, la musique, la danse... qui sont des activités qui permettent d'apprendre à s'extérioriser, à accepter son corps, à ne pas avoir peur de se battre, à aller de l'avant sans se poser de questions. Ainsi, la musique est une activité qui peut remédier à ce manque de confiance en soi. Ce sont les comportements spontanés qui auront un impact très positif sur le traitement de cette confiance en soi. Au contraire, des personnes ont confiance en elles; la confiance est un aspect essentiel dans la vie. C'est

---

12. Définition officielle du World Council for Self Esteem.

13. Définition du psychothérapeute Benjamin Lubszynski, Youtube (15 mars 2013, 17h).



cette confiance qui peut rassurer une personne, produire un état de détente, de bien-être, et permet ainsi de se projeter dans l'avenir avec optimisme. Mais cette confiance en soi n'apparaît pas soudainement dans le développement d'un individu. Elle se construit progressivement au cours des années, et diffère aussi bien chez l'adulte et chez l'enfant au cours de la vie en fonction des événements rencontrés. Aussi, la confiance en soi peut être caractérisée comme le sentiment de disposer des facultés nécessaires pour compter sur soi, pour prendre soin de soi et aussi pour faire face aux obstacles rencontrés dans la vie.

L'engagement dans une activité, ici musicale, peut engendrer un sentiment d'efficacité et de fierté, comme par exemple jouer d'un instrument, ce qui peut renforcer l'estime de soi et ainsi amener la motivation de la part des élèves :

**1) Estime de soi → Motivation**

**2) Motivation → Engagement et persévérance dans l'activité**

**3) Engagement et persévérance dans l'activité → Sentiment d'efficacité et de fierté**

**4) Sentiment d'efficacité et de fierté → Estime de soi ...**

#### **D) L'estime de soi, la confiance en soi, la musique et l'école :**

Un élève ayant une « haute » estime de lui-même (exemple : « *Je crois en moi, je pense que je vais réussir dans la vie* <sup>14</sup> » ) peut se considérer comme compétent car il souhaite atteindre ses objectifs, alors qu'un élève ayant une faible estime de lui-même (exemple : « *Je n'ai jamais confiance en moi j'ai toujours peur de faire des choses mal* ») se considérerait comme incompetent puisqu'il n'aurait pas atteint les objectifs. Ainsi, cette estime de soi découlerait de l'importance que l'élève accorde à sa réussite. Concernant les propos d'élèves<sup>15</sup> à la question « Penses-tu que la musique que tu fais à l'école te permet d'avoir confiance en toi ? Pourquoi ? », certains relèvent d'une grande confiance en eux (les quatre premières réponses) ou au contraire reflètent un manque de confiance (les quatre dernières réponses) :

---

14. Propos d'un élève de CM2 de la classe CHAM.

15. Propos d'élèves de CM2 de la classe CHAM (orthographe améliorée).

- 1) « *Oui, car ainsi on se renforce et on peut vaincre nos vieux démons comme la timidité* » ;
- 2) « *Oui ! Car je trouve ça très pratique, la musique apprend à bien grandir, à augmenter son savoir, jouer en groupe et surtout monter sur scène !* » ;
- 3) « *Oui, car je sais jouer d'un instrument* » ;
- 4) « *Oui, puisque faire de la musique est un avantage. C'est très bien, j'adore ça, je rêve d'être musicien et je suis sûr que je vais réussir* ».

Ces quatre réponses présentent une estime de soi positive chez ses élèves du point de vue de l'intérieur, c'est-à-dire que ces enfants témoignent pour eux-mêmes, d'une manière subjective, mais c'est ce point qui est privilégié puisqu'il s'agit pour les individus interrogés de constater si jouer d'un instrument de musique leur permet, selon eux, de favoriser positivement leur confiance en soi. L'élève 4, d'après les propos de Christophe André et François Lelord, croit en lui, puisqu'il fait part de convictions d'une vision de lui-même.

- 5) « *Non, c'est bien de monter sur scène mais ça ne change rien* » .
- 6) « *Non. Je crois que ça sert à quelque chose mais pas pour moi, mais j'aime bien monter sur scène* ».
- 7) « *Pour moi non parce que ça ne change pas* ».
- 8) « *Non, parce que je n'ai jamais confiance en moi j'ai toujours peur de faire des choses mal* ».

Ces quelques exemples de réponses d'élèves à la question sur la confiance qu'ils ont en eux ne met pas toujours en évidence une confiance positive. Remarquons que les quatre premières réponses d'élèves sont très bien formulées, peut-être que cette maîtrise syntaxique a un rapport avec le fait que ces élèves sont en classe CHAM, mais ici une autre entrée est suscitée, qui n'est plus celle de la confiance en soi mais du lien avec les apprentissages.

En 1902, Charles Cooley évoque les termes de « miroir social » pour définir l'estime de soi, qui se réfèrent à l'ensemble des interactions entretenues avec autrui, c'est-à-dire qu'un élève aurait une meilleure estime de lui-même si son entourage a également une bonne opinion de lui. Voici un exemple de propos d'un élève de CM2 toujours à la question

« Penses-tu que la musique que tu fais te permet d'avoir confiance en toi ? Pourquoi ? » :  
« Oui en solfège mais pas en percussion car à chaque fois je me fais rouspéter ». Ceci met en évidence le sentiment de non confiance chez l'enfant face à un comportement jugé négatif d'un de ses professeurs de musique. Chez cet enfant, nous pouvons sentir que l'opinion d'autrui joue un rôle essentiel dans sa perception de lui-même, et l'empêche ainsi de croire en ses facultés.

Josiane de Paul, co-fondatrice et ancienne directrice de l'Institut Français de Programmation Neuro-Linguistique, met en évidence le fait que de nombreux psychologues évoquent l'estime de soi « comme un besoin puissant des êtres humains ». En effet, pour vivre pleinement avec un Moi que nous n'estimons pas est difficile : « manquer d'estime de soi, c'est risquer de désespérer ». Cette estime est donc capitale pour notre santé physique et mentale, mais elle est également indispensable à notre capacité d'adaptation, à notre efficacité et à notre épanouissement. Elle permet aux individus de "vivre" et non pas seulement de "survivre". En revanche, le manque d'estime de soi et l'absence de confiance en soi qui l'accompagne peuvent être sources de tourment et de troubles plus ou moins graves. D'ailleurs, c'est ce qu'explique également l'orthopédagogue et psychoéducateur Germain Duclos, présenté dans l'introduction, en précisant que développer l'estime de soi positive des enfants est d'une grande importance, car elle serait un facteur de protection contre la dépression et une base essentielle pour être heureux.

Il est maintenant intéressant de constater s'il existe un lien entre l'éducation musicale et la confiance en soi chez des élèves de CM2, afin de constater si la pratique instrumentale permet effectivement d'accroître la confiance en soi.

## **II] L'éducation musicale et la confiance en soi :**

### **A) Les programmes de 2008 :**

L'intérêt de la pratique musicale dans le métier d'enseignant est perçu à travers les programmes. Le domaine « Agir et s'exprimer avec son corps » en maternelle présente le fait que « l'activité physique et les expériences corporelles contribuent au développement moteur, sensoriel, affectif et intellectuel de l'enfant. Elles sont l'occasion d'explorer, de s'exprimer, d'agir dans des environnements familiers [...]. Il exprime ce qu'il ressent ». De plus, avec le domaine « Percevoir, sentir, imaginer, créer », l'école maternelle propose une première sensibilisation artistique. D'après ce bulletin officiel, les activités visuelles et tactiles, auditives et vocales accroissent les possibilités sensorielles de l'enfant. Elles sollicitent son imagination et enrichissent ses connaissances et ses capacités d'expression ; elles contribuent à développer ses facultés d'attention et de concentration. [...] Ces activités entretiennent de nombreux liens avec les autres domaines d'apprentissage : elles nourrissent la curiosité dans la découverte du monde ; elles permettent à l'enfant d'exercer sa motricité ; elles l'encouragent à exprimer ses réactions, des goûts et des choix dans l'échange avec les autres ». Enfin, les programmes soulignent également le fait que « la voix et l'écoute sont très tôt des moyens de communication et d'expression que les enfants découvrent en jouant avec les sons, en chantant, en bougeant. [...] Les activités structurées d'écoute affinent l'attention, développent la sensibilité, la discrimination des sons et la mémoire auditive. Les enfants écoutent pour le plaisir, pour reproduire, pour bouger, pour jouer... ». Au cycle 2, les pratiques artistiques permettent de développer la sensibilité et les capacités d'expression des élèves. Puis, au cycle 3, la culture humaniste met en place des pratiques artistiques individuelles ou collectives qui développent le sens esthétique, et favorisent l'expression, la création réfléchie, la maîtrise du geste et l'acquisition de méthodes de travail et de techniques.

Dans *L'enfant, la musique et l'école*, Angélique Fulin souhaite que les enseignants en élémentaire entreprennent dans leur classe non pas un enseignement de la musique, mais plus précisément un épanouissement de l'enfant, afin qu'il devienne un adulte épanoui. Il est nécessaire de multiplier les expériences musicales chez l'enfant pour augmenter ses découvertes auditives, ainsi que sa créativité. De plus, cet enseignement de la musique doit

permettre un épanouissement maximum de chaque élève. Il faut laisser s'éveiller « l'explorateur du monde », comme l'explique l'auteur, « en multipliant les occasions de curiosité émerveillée commune au savant et à l'artiste ». Découvrir, par exemple, un instrument entraîne la motivation et peut améliorer la confiance en soi. C'est ce que la suite du mémoire essaiera de mettre en évidence : est-ce qu'une pratique instrumentale favorise-t-elle positivement l'estime de soi chez des élèves de cycle 3 ?

## **B) Présentation des écoles, des élèves et du dispositif mis en place :**

Pour le protocole expérimental, je suis allée dans une classe CHAM (Classe à Horaires Aménagés en Musique qui compte 29 élèves) en CM2 à Tourcoing, ainsi que dans une classe ordinaire de CM2 à Halluin (26 élèves, dont 5 élèves jouant d'un instrument), afin de recueillir des informations concernant l'estime de soi des élèves. Les échantillons sont différents (on travaille sur de l'humain), tout en sachant que l'idéal serait de travailler avec deux groupes équivalents pour pouvoir préciser le nombre d'élèves qui se situe en-dessous de la moyenne. Mais ceci n'est pas réellement gênant pour l'analyse, puisque pour permettre la comparaison je divise le nombre obtenu par l'effectif total, ce qui dans ce cas est suffisant pour l'analyse et ne pose donc pas de problème. Le contexte social de ces deux écoles est semblable, ce qui permet de rendre la comparaison plus objective. Pour constater si faire de la musique est bénéfique aux élèves, et si jouer d'un instrument permet d'augmenter le sentiment de confiance en soi, un questionnaire a été donné aux élèves dans les deux classes de CM2.

Les élèves de CM2 de la classe CHAM ont une pratique régulière d'un instrument de musique. Selon le Ministère de l'Éducation Nationale, « les classes à horaires aménagés musicales offrent à des élèves motivés par les activités musicales (instrumentales ou vocales) la possibilité de recevoir, en complémentarité avec leur formation générale scolaire, une formation spécifique dans le domaine de la musique dans des conditions leur garantissant les meilleures chances d'épanouissement. Cette formation spécifique vise à développer des capacités musicales affirmées dont les prolongements attendus sont la pratique amateur ou l'orientation professionnelle, conformément au schéma d'orientation

pédagogique publié par le ministère de la culture ». Les contenus et les horaires en classe CHAM sont définis par l'article 4 de l'arrêté du 31 juillet 2002.

Cinq élèves de la classe ordinaire de CM2 jouent d'un instrument de musique (guitare, tuba, piano, saxophone et percussions) ; pour permettre une comparaison plus objective sur l'estime de soi des élèves de ces deux classes, je n'ai pas souhaité comptabiliser les résultats obtenus de ces cinq élèves jouant d'un instrument en école de musique dans la moyenne finale (qui sera détaillée ci-dessous), pour cela je leur ai demandé de marquer d'une croix leur feuille en haut à droite.

Au départ, je souhaitais mettre en place une variable dépendante, car je voulais donner le même questionnaire aux élèves de la même classe à deux moments différents (en Novembre et en Mars). Or, je me suis rendu compte qu'il n'était pas nécessaire de donner deux fois en suivant le même questionnaire, car les élèves sont en CM2, et ils font de la musique depuis plusieurs années. En quelques mois, la confiance en soi ne varie pas énormément chez les enfants, et tout dépend évidemment des conditions dans lesquelles ils se trouvent à tel ou tel moment ; des facteurs peuvent ainsi entrer en jeu.

Pour mettre en place le protocole expérimental, je me suis appuyée sur l'échelle toulousaine de l'estime de soi (E.T.E.S) de Nathalie Oubrayrie, qui consiste à mieux connaître les représentations qu'ont les élèves sur eux-mêmes. Ce test est constitué d'un questionnaire de soixante affirmations que l'élève valide ou non, selon une échelle allant de 1 à 5 (1 = pas du tout d'accord ; 2 = un peu d'accord ; 3 = moyennement d'accord ; 4 = d'accord ; 5 = tout à fait d'accord) sur les émotions (le soi émotionnel), les relations sociales (le soi social), le physique (le soi physique), la scolarité (le soi scolaire) et l'avenir (le soi projectif). L'élève entoure le chiffre qui lui correspond le mieux et il est nécessaire qu'il réponde à toutes les questions. Ces différents items de « soi » sont divisés en douze affirmations. Pour analyser les résultats, il est nécessaire d'additionner les scores obtenus pour un élève à chacun des items d'un « soi », afin de calculer le score global d'estime de soi. On obtient cinq scores (car cinq « soi »). Ces résultats permettent de mettre en évidence l'image valorisée ou dévalorisée que l'enfant a de lui-même. Pour ma part, je n'ai sélectionné que quarante affirmations qui diffèrent parfois des affirmations de Nathalie Oubrayrie qui paraissaient difficiles à comprendre. Je me suis appuyée sur les grilles

d'analyse de Christine Joly <sup>16</sup>, et je n'ai pas voulu donner des affirmations concernant le physique des enfants, puisque ce domaine est sensible auprès des jeunes, je ne souhaitais pas les perturber. Ainsi, je me suis appuyée sur le soi émotionnel, le soi social, le soi scolaire et le soi projectif, en proposant dix affirmations pour chacun de ces « Soi ». Les élèves ont pu répondre par VRAI ou FAUX à quarante affirmations (**annexe 2**) afin de faciliter la compréhension, puisque l'échelle de 1 à 5 présentée précédemment peut engendrer des difficultés d'interprétation chez les élèves. Après avoir répondu à cette enquête anonyme, en répondant tous en même temps à chacun des items, deux questions ont été posées ; la première est la même pour les classes CHAM et ordinaire : « Pour toi, c'est quoi la confiance en soi ? ». Puis, pour les élèves qui suivent des cours de musique au conservatoire et qui en font régulièrement à l'école, je leur ai demandé ceci par écrit : « Penses-tu que la musique que tu fais à l'école et au conservatoire te permet d'avoir confiance en toi ? Pourquoi ? ». Enfin, pour les élèves de la classe ordinaire, il leur a été demandé quelle(s) est(sont) la(les) activité(s) qui leur permet(tent) d'avoir confiance en eux aussi bien à l'école qu'à l'extérieur du cadre scolaire.

Lors de ma venue dans la classe CHAM, quelques informations ont été demandées à l'enseignante concernant le rapport entre l'éducation musicale et la confiance en soi. Il s'agit d'un entretien semi-directif, car l'enseignante a répondu par écrit à deux questions préalablement notées sur une feuille :

- 1) « Combien d'heures d'éducation musicale les enfants suivent-ils par semaine (à l'école et hors de l'école, c'est-à-dire à l'école ou au conservatoire de musique) ? ».

*Les enfants en parcours CHAM ont trois heures de musique par semaine au conservatoire et quarante-cinq minutes à une heure par jour à l'école.*

- 2) « Pensez-vous que l'éducation musicale favorise la confiance en soi des enfants ? Pourquoi ? ».

---

16. Mémoire professionnel, 2010-2011, *Connais-toi toi-même*.

*Les enfants en CHAM sont en grande majorité sûres d'eux et épanouis. La pratique instrumentale et l'aisance dans les activités vocales leur permet de se mettre en valeur. Cependant, le contexte social et familial joue un rôle important dans l'estime et la confiance en soi.*

Les propos de l'enseignante montrent que l'éducation musicale n'est pas le seul facteur qui influe sur la confiance en soi chez les enfants, mais que l'environnement de ces derniers a un impact sur le sentiment de confiance en soi. Par exemple, les propos suivants de l'élève à la question « Penses-tu que la musique que tu fais te permet d'avoir confiance en toi ? Pourquoi ? » : « Oui en solfège mais pas en percussion car à chaque fois je me fais rouspéter », renforce l'idée que le contexte social peut effectivement entrer en jeu dans la relation qu'entretient l'enfant avec son propre sentiment de confiance en soi, c'est le « miroir social » évoqué précédemment. Pour permettre une analyse plus précise concernant ce sentiment d'estime de soi et de confiance en soi chez les élèves, il convient d'effectuer une analyse comparative entre les élèves suivant régulièrement des cours de musique (solfège et instrument) et ceux ne jouant pas d'un instrument.

### **C) Questionnaires / Recueil des données / Analyse des résultats :**

Un tableau pour chaque « soi » a permis de calculer combien de croix a obtenu chaque élève pour le soi émotionnel, le soi social, le soi scolaire et le soi scolaire. Une croix est visible lorsque les affirmations sont positives chez l'élève ; par exemple, la première affirmation du soi émotionnel est la suivante : « Je me mets facilement en colère » ; si l'élève a répondu faux, une croix est notée, et dans le cas contraire un tiret remplace la croix. Un autre exemple permet d'illustrer cette analyse : « Je me sens bien dans ma peau » ; si l'élève a répondu vrai, une croix est notée dans la colonne, car l'affirmation est positive pour l'élève, etc. Pour résumer, dès qu'une proposition est positive chez l'élève, une croix est reportée dans la colonne correspondante :



<b>Soi émotionnel</b>	<b>01</b>	<b>02</b>
Mettre une croix si	<b>F</b>	<b>V</b>
Élève : 1	X	X

Il aurait été possible d'ajouter une colonne « Je ne sais pas », mais dans ce cas l'analyse n'aurait pas été évidente à réaliser dans le sens où elle aurait été moins objective, car moins de réponses auraient été analysées ; il s'agissait pour les élèves de répondre aux affirmations d'après ce qu'ils pensent d'eux-mêmes. Ci-joint un exemple de tableau du soi émotionnel de la classe CHAM (1) et de la classe ordinaire de CM2 (2) (les trois autres tableaux de chacune des deux classes sont placés en **annexes 3 et 4**) :

1) Classe CHAM :

<b>Soi émotionnel</b>	<b>01</b>	<b>02</b>	<b>03</b>	<b>04</b>	<b>05</b>	<b>06</b>	<b>07</b>	<b>08</b>	<b>09</b>	<b>10</b>	
Mettre une croix si	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>F</b>	
Élève : 1	X	X	X	-	X	X	X	X	X	X	<b>9</b>
2	X	X	X	-	X	X	X	X	-	X	<b>8</b>
3	-	-	X	-	-	-	X	-	-	X	<b>3</b>
4	X	X	X	-	X	X	-	X	-	-	<b>6</b>
5	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
6	-	X	X	X	X	X	X	-	-	X	<b>7</b>
7	X	-	X	X	X	-	X	X	-	-	<b>6</b>
8	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
9	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>9</b>
10	X	X	-	X	X	-	X	X	-	X	<b>7</b>
11	-	X	X	X	X	X	-	-	-	X	<b>6</b>
12	-	X	X	-	X	X	X	X	X	X	<b>8</b>
13	-	X	-	X	X	X	-	X	-	X	<b>6</b>
14	-	-	-	X	X	X	-	-	-	X	<b>4</b>
15	-	X	X	X	X	X	X	-	X	-	<b>7</b>
16	-	X	-	X	X	X	-	X	X	-	<b>6</b>
17	X	X	X	-	X	X	-	-	X	X	<b>7</b>
18	-	-	-	X	-	X	-	X	-	-	<b>3</b>
19	X	X	X	-	X	X	-	X	X	X	<b>8</b>
20	X	X	X	X	X	X	-	X	X	X	<b>9</b>

21	X	X	-	-	X	X	-	-	-	-	4
22	X	-	-	-	-	-	-	X	-	X	3
23	X	X	X	X	X	X	-	-	-	-	6
24	-	X	X	X	-	X	X	-	-	X	6
25	-	-	X	-	X	X	-	X	X	X	6
26	-	X	X	-	X	X	-	X	-	-	5
27	-	X	-	-	X	X	X	X	-	-	5
28	X	-	X	X	-	-	X	X	-	-	5
29	-	X	X	-	X	X	X	-	X	-	6

2) Classe ordinaire :

<b>Soi émotionnel</b>	<b>01</b>	<b>02</b>	<b>03</b>	<b>04</b>	<b>05</b>	<b>06</b>	<b>07</b>	<b>08</b>	<b>09</b>	<b>10</b>	
Mettre une croix si	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>F</b>	
Élève : 1	-	X	-	X	X	X	-	X	-	X	6
2	-	X	-	X	X	X	X	X	X	X	8
3	-	X	-	X	X	X	-	X	X	X	7
4	-	X	-	X	X	X	-	X	X	X	7
5	-	X	X	-	X	X	X	X	X	X	8
6	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	9
7	-	X	-	X	X	-	X	X	X	-	6
8	X	X	-	X	X	X	X	X	X	X	9
9	-	X	-	-	X	X	X	-	X	X	6
10	X	X	-	-	X	X	X	-	X	X	7
11	-	X	-	X	X	X	X	-	-	X	6
12	-	X	X	-	X	X	X	-	-	X	6
13	-	X	-	X	X	X	-	X	X	X	7
14	X	X	-	X	-	X	X	X	X	X	8
15	-	-	-	-	-	-	-	X	-	X	2
16	-	X	-	-	X	X	-	-	-	X	4
17	X	X	-	-	X	X	X	X	-	-	6
18	X	X	-	X	-	X	X	-	X	X	7
19	X	X	-	X	X	X	X	X	X	X	9
20	-	X	-	-	X	X	X	-	-	-	4
21	X	X	X	X	-	X	X	X	X	-	8

Pour analyser la totalité des résultats de chaque élève et de chaque classe et pour établir une comparaison entre ces deux classes, un autre type de tableau permet de recueillir le total des quatre « soi » pour chaque élève, et le total de chaque soi pour tous les élèves de la classe. Sur les 26 élèves de la classe ordinaire, 5 vont à l'école de musique, de ce fait je n'ai pas comptabilisé leurs résultats obtenus pour avoir une réelle comparaison entre des élèves jouant d'un instrument d'une part et des élèves ne jouant pas d'instrument d'autre part. Voici ci-dessous les tableaux récapitulatifs de la classe CHAM et de la classe ordinaire :

### 1) Classe CHAM :

Elève :	Soi émotionnel	Soi social	Soi scolaire	Soi projectif	Soi global
1	9	8	9	9	<b>35</b>
2	8	8	10	8	<b>34</b>
3	3	8	6	9	<b>26</b>
4	6	8	5	8	<b>27</b>
5	10	5	9	8	<b>32</b>
6	7	4	7	9	<b>27</b>
7	6	7	1	7	<b>21</b>
8	10	8	10	8	<b>36</b>
9	9	9	9	9	<b>36</b>
10	7	2	5	7	<b>21</b>
11	6	5	7	4	<b>22</b>
12	8	6	9	10	<b>33</b>
13	6	7	4	7	<b>24</b>
14	4	9	7	8	<b>28</b>
15	7	3	4	7	<b>21</b>
16	6	9	10	9	<b>34</b>
17	7	10	8	8	<b>33</b>
18	3	8	5	7	<b>23</b>
19	8	7	7	10	<b>32</b>
20	9	8	8	10	<b>35</b>
21	4	7	8	8	<b>27</b>
22	3	6	3	5	<b>17</b>
23	6	7	7	6	<b>26</b>
24	6	7	8	6	<b>27</b>

25	6	6	9	8	<b>29</b>
26	5	6	8	8	<b>27</b>
27	5	6	3	7	<b>21</b>
28	5	6	0	7	<b>18</b>
29	6	8	6	8	<b>28</b>
Total :	185	198	192	225	800
<b>Moyenne sur 10 :</b>	<b>6,38</b>	<b>6,83</b>	<b>6,62</b>	<b>7,76</b>	<b>6,9</b>

Les élèves 8 et 9 ont un total de soi global de 36 sur 40, ce qui est le résultat le plus élevé de la classe. Pour ces élèves, le fait de jouer d'un instrument permet de leur donner confiance en eux, notamment en montant sur scène pour jouer devant un public.

L'élève 16 donne la définition suivante à la confiance en soi : « C'est pouvoir faire des spectacles sans qu'on fond en larmes par le trac, ou parler aux garçons normalement, c'est être aussi bien dans sa peau » ; cette élève, une fille (c'est la seule qui a noté son prénom, alors qu'il était signalé que ce questionnaire était anonyme), a dessiné des fleurs sur la feuille et s'exprime correctement. Pour elle, la musique lui donne confiance en elle en disant qu'avec la musique « on se renforce et on peut vaincre nos vieux démons comme la timidité ». Le total de son soi global est de 34 sur 40, elle fait ainsi partie des effectifs les plus élevés de la classe, ce qui montre que cette élève a une certaine confiance en elle.

Les élèves 7, 10, 15 et 27 obtiennent un total de leur soi global de 21 sur 40, ce qui correspond à la moyenne ; ils précisent que pour eux la musique ne leur permet « pas vraiment » d'avoir plus confiance en eux. L'élève 15 précise qu'il ne sait pas répondre à la question « Pour toi, c'est quoi la confiance en soi ? », et précise ensuite lors de la deuxième question que la musique ne lui permet d'avoir plus confiance, car il a déjà confiance en lui !

L'élève 28 a un total de son global de 18 sur 40, qui reflète un manque de confiance chez lui ; cet élève suit également le parcours en classe CHAM, dans les mêmes conditions que l'élève 16, et pourtant le total est en-dessous de la moyenne. D'ailleurs, sa réponse renforce ce sentiment de non confiance en lui, en précisant que la musique ne lui permet pas d'avoir plus confiance : « Non c'est que pour apprendre ! ».

Cet écart de résultats fait émerger un questionnement : la pratique musicale favorise-t-elle réellement l'estime de soi d'un élève en lui apportant plus de confiance en lui ? Pour

répondre à cette question, il est nécessaire d'analyser les résultats obtenus de la part des élèves de la classe ordinaire, afin de comparer les quatre moyennes des « Soi » et celle de la moyenne générale sur dix.

## 2) Classe ordinaire :

Elève :	Soi émotionnel	Soi social	Soi scolaire	Soi projectif	Soi global
1	6	5	5	8	<b>24</b>
2	8	7	6	7	<b>28</b>
3	7	7	4	8	<b>26</b>
4	7	5	5	8	<b>25</b>
5	8	6	9	8	<b>31</b>
6	9	4	5	10	<b>28</b>
7	6	6	5	10	<b>27</b>
8	9	8	8	10	<b>35</b>
9	6	6	8	7	<b>27</b>
10	7	6	10	9	<b>32</b>
11	6	8	9	10	<b>33</b>
12	6	6	8	7	<b>27</b>
13	7	8	10	10	<b>35</b>
14	8	7	6	8	<b>29</b>
15	2	5	5	9	<b>21</b>
16	4	4	1	7	<b>16</b>
17	6	7	8	7	<b>28</b>
18	7	9	6	9	<b>31</b>
19	9	8	8	10	<b>35</b>
20	4	8	7	9	<b>28</b>
21	8	7	8	2	<b>25</b>
Total :	140	137	141	173	591
Moyenne sur 10 :	<b>6,67</b>	<b>6,52</b>	<b>6,71</b>	<b>8,24</b>	<b>7,04</b>

Les élèves 8, 13 et 19 ont le total le plus élevé de la classe, avec 35 sur 40 ; ce résultat est très proche de celui de la classe CHAM, à un point près. Pour ces élèves, ce n'est pas la musique qui entre en compte dans leur confiance en eux, mais d'autres activités : « C'est

art plastique et le bricolage parce que ça donne de la créativité et je ne pense qu'aux choses que j'aime » ; « Je fais de l'équitation et quand je suis sur mon cheval j'ai confiance » ; « Les jeux vidéos, parce qu'il faut faire des choses alors je me dis que j'y arriverai à faire ces choses, je dois me faire confiance sinon je grandirai pas ». Leur propos montrent une certaine confiance en soi chez ces élèves.

L'élève 15 obtient un total de 21 sur 40 à son soi global ; pour lui, la confiance en soi c'est de « Ne pas avoir peur d'avouer des choses ou de parler en publique et de répondre avec honnêteté » , et les activités qui favorisent positivement sa confiance en lui sont les arts plastiques (ses dessins) qui l'aident à s'exprimer et les jeux d'extérieur pour se sentir libre.

L'élève 16 comptabilise un soi global de 16 sur 40, ce qui est inférieur de deux points par rapport au plus petit soi global de la classe CHAM. Ce résultat met en évidence un manque de confiance en soi chez l'élève, notamment dans son soi scolaire, avec un point sur dix. L'équitation est également son activité favorite (comme l'élève 13) et lui permet de lui donner confiance et de le décontracter.

Après avoir analysé chacun des résultats obtenus de la classe CHAM et de la classe ordinaire de CM2, la comparaison entre les deux moyennes permettra de constater si effectivement jouer d'un instrument permet de favoriser positivement le sentiment de confiance en soi chez les élèves. L'étendue de l'écart est plus important pour la classe ordinaire, ce qui suppose une plus grande variabilité dans cette classe.

### 1) Classe CHAM

### 2) Classe ordinaire

	Soi émotionnel	Soi social	Soi scolaire	Soi projectif	Soi global
1) Moyenne sur 10 :	6,38	6,83	6,62	7,76	6,9
2) Moyenne sur 10 :	6,67	6,52	6,71	8,24	7,04

Le soi social est supérieur pour la classe CHAM, avec une moyenne de 6,83 contre 6,52 pour la classe ordinaire, or le soi émotionnel, le soi scolaire et le soi projectif sont supérieurs pour les élèves de la classe ordinaire, ce qui amène une moyenne générale de 6,9/10 pour les élèves de la classe CHAM et une moyenne générale de 7,04/10 pour les élèves de la classe ordinaire.

Mon hypothèse de départ était que l'éducation musicale peut renforcer positivement l'estime de soi d'un enfant, or les résultats obtenus montrent que les élèves de la classe CHAM n'ont pas forcément une meilleure estime d'eux-mêmes. Cette comparaison est certes réalisée sur un échantillon restreint, mais des conclusions peuvent tout de même être émises, notamment le fait qu'une classe CHAM participe à la socialisation des individus. En plus de cette comparaison de questionnaires entre deux classes, des témoignages peuvent compléter la réflexion, puisqu'il s'agit de s'entretenir individuellement avec des personnes qui ont connu une expérience favorable ou défavorable dans le domaine de la musique ; ces deux approches sont différentes mais complémentaires. Le témoignage apporte un élément de plus : la proximité avec la personne, ce que ne permet pas le questionnaire (des entretiens individuels avec les élèves n'ont pas été réalisés). En effet, ces témoignages permettent d'affiner davantage la réflexion, en allant du général au particulier.

## **D) Témoignages :**

1) Témoignages où la pratique musicale n'a pas favorisé positivement la confiance en soi chez la personne :

### **Témoignage 1 (Jeune femme, 22 ans).**

« J'ai pratiqué la musique dès l'âge de 6 ans. J'étais dans une école où il y avait des horaires aménagés en musique avec le conservatoire. J'ai donc commencé le solfège, en CE1, puis la pratique instrumentale en CE2. J'avais choisi de faire du violon, car j'avais entendu le frère d'un ami jouer *Le Printemps* de Vivaldi. La première année de solfège s'était bien passée. Le professeur savait donner le goût pour la musique. La seconde année,

la pratique du violon apportait une motivation supplémentaire. Mais le professeur de solfège avait changé. Elle a réellement amené l'esprit élitiste du conservatoire. Quand on ne comprenait pas quelque chose, on était dévalorisé. J'avais tellement peur de cette professeure que je comprenais pas ce qu'elle nous enseignait. Cette année-là, j'ai raté mon examen de fin d'année. Il fallait avoir 12,50 de moyenne et je n'ai eu que 12. La décision avait donc été prise, je devais redoubler. La même année, je passais aussi mon premier examen de violon. Il se passait après l'examen de solfège. J'étais tellement déçue d'avoir raté ce premier examen que j'ai été recalé aussi, je devais repasser alors un nouvel examen six mois plus tard. Un examen est déjà une épreuve difficile, mais quand on a 7 ans, qu'il s'agit de son premier examen instrumental et que l'on est observée par trois personnes, dont deux que l'on ne connaît pas, on est encore moins mise en confiance. L'année suivante, en solfège, j'avais toujours la même professeure, mais son comportement à mon égard avait changé, j'étais la meilleure de la classe car je n'avais raté l'année précédente que d'un demi point. Mais il n'y avait plus de motivation, car j'avais toujours la même image de cette enseignante et n'étant plus avec mes amis, j'ai été mis à l'écart. C'est à cette époque que j'ai commencé à perdre confiance en moi. J'ai cependant continué la musique jusqu'en CM2. Afin de me remotiver le conservatoire a accepté de me laisser pratiquer un deuxième instrument. Une enfant avait eu un accident de voiture, j'avais pu prendre sa place dans la classe de piano, mais le professeur m'a annoncé dès le premier cours que je participerais à aucune audition, car je n'avais pas vraiment ma place dans cette classe. J'ai donc abandonné la musique au cours de l'année de CM2. En 6ème, j'ai voulu m'inscrire de nouveau en musique, mais cette fois-ci en école de musique. Le premier cours que j'ai suivi, était une heure de chorale, mais j'avais perdu toute confiance en moi, et je ne me sentais pas à ma place. Je suis donc partie à la fin de cette heure et je n'y suis plus retournée. J'ai recommencé la musique, dans la chorale de mon collègue en 3ème. Le professeur qui était en charge de la chorale, m'a fait comprendre que j'avais quelque chose, et m'a convaincu de continuer. Je suis rentrée alors à la Maîtrise Boréale Nord-Pas-de-Calais. J'ai alors participé à de nombreux concerts, ce qui m'a permis de gagner de la confiance en moi. Aujourd'hui je suis capable de chanter seule devant des salles entières et j'ai réussi à sortir de ma timidité ».



Ce témoignage correspond aux termes de « miroir social » évoqués par Charles Cooley en 1902. L'estime de soi de cette étudiante a diminué à l'époque de son enfance du fait des interactions négatives entretenues avec ses professeurs de musique ; cette élève aurait certainement eu une meilleure estime d'elle-même si ses professeurs de musique avaient une bonne opinion d'elle. L'opinion d'autrui joue donc un rôle essentiel dans sa perception d'elle-même et l'a ainsi empêché de croire en ses facultés en perdant confiance en elle. Dans ces propos, l'estime de soi n'est pas uniquement liée à la musique.

## 2) Témoignages où la pratique musicale a favorisé la confiance en soi chez la personne :

### **Témoignage 2 (jeune homme, 23 ans) :**

« En ce qui me concerne, je peux dire que la musique m'a apporté beaucoup de choses positives, dont une plus grande confiance en moi. J'ai fait pas mal de concerts pendant un temps quand j'avais un groupe, et je pense que les gens qui viennent régulièrement te voir jouer et te féliciter sont déjà une grande récompense pour le travail effectué en groupe mais aussi seul sur son instrument. Le fait de se dire que l'on peut procurer du plaisir et même pour certains de l'admiration rien qu'en jouant donne un sentiment de fierté et donc une plus grande confiance en soi.

J'ai donné des cours de guitare, à des jeunes (et moins jeunes) et je pense que la transmission de savoir doit être accompagnée de plaisir sinon cela ne sert à rien. Ce que j'aime là dedans c'est aussi le fait de se dire que ceux à qui j'apprends n'ont pas l'impression d'être à l'école, ils sont là non pas par obligation mais par envie.

La musique m'a aussi permis de rencontrer des gens avec qui je suis encore ami aujourd'hui, ou de renforcer des amitiés grâce à cette passion commune. Pour certains d'entre eux, il y a une sorte d'admiration réciproque par rapport à la musique qui s'est créée. Le fait d'avoir de telles relations avec des amis proches donne une plus grande confiance en soi car de tous c'est le regard de nos proches qui nous touche le plus ».

Dans ce témoignage, la socialisation tient une place importante dans le sentiment de confiance en soi chez ce jeune homme de 23 ans, notamment par la connaissance de

nouvelles personnes devenues des amies, de la rencontre avec autrui (le public, élève)

**Témoignages 3 (jeune homme, 18 ans) :**

« Depuis que je suis DJ, cela m'a rendu beaucoup plus sociable ! Avant j'étais très timide. Cela fait maintenant deux ans que je fais ce métier, et je n'ai plus aucun soucis pour aborder les gens ni parler devant cent personnes ».

**Témoignages 4 (jeune femme, 23 ans) :**

« Quand tu es adolescent tu recherches une identité, tu recherches qui tu es. J'étais musicienne (en école de musique et option musique au lycée), alors j'avais confiance en moi, parce que peu importe ce qui se passait, j'avais la musique avec moi, pour m'exprimer face aux autres, mais aussi pour exprimer ce que je ressentais et extérioriser quand j'en avais besoin. En fait, c'était un énorme soutien pour moi. J'ajouterais que j'étais quelqu'un de très enfermée sur moi même et sur ma petite vie, et je parlais peu aux autres, mais quand je devais jouer, je devenais quelqu'un d'autre, j'étais ouverte et je communiquais énormément grâce à cela ! Au début j'étais très renfermée, j'avais peur des critiques, je ne parlais qu'à une personne, puis après mon passage en chant devant toute la classe au lycée, beaucoup de monde est venu me parler ».

La socialisation grâce à la musique est mise en avant dans ces trois témoignages ; jouer en groupe, jouer pour des personnes permettent de donner davantage de confiance en soi, en permettant d'être moins renfermé sur soi-même. Cette socialisation permet d'être content de soi, de se considérer avec bienveillance, de persévérer dans ses choix, et on apprend à s'accepter en intégrant ses qualités et ses défauts pour arriver à une image globalement positive de soi, d'après les propos de Christophe André et de François Lelord.

## CONCLUSION

Les enquêtes menées pour le mémoire ont permis de nuancer mon hypothèse de départ qui était que l'éducation musicale peut renforcer positivement l'estime de soi d'un enfant ; en effet, la musique peut favoriser la confiance en soi, notamment par le biais de la socialisation. Ceci se manifeste par l'importance de la pratique collective quasiment quotidienne en classe à horaires aménagées en musique, ce qui suppose une écoute mutuelle soutenue, ainsi qu'une attention aux autres et à soi au même moment ; lors d'un chant collectif, les individus chantent pour eux mais aussi pour les autres, il s'agit de participer à une production collective, c'est ainsi que nous formons un groupe. Ces aspects peuvent expliquer que le total de soi social des élèves de la classe CHAM (6,83/10) est la seule moyenne sur dix supérieure à celles de la classe ordinaire (6,52). Bien que le temps de recherche et d'expérimentation était restreint et que l'échantillon d'enfants limité, des constats émergent à la suite de l'analyse de ces questionnaires ; la confiance en soi est favorisée par une pratique instrumentale pour certaines personnes ce que soulignent des réponses d'élèves de CM2 et des témoignages, mais ce n'est pas une généralité, puisque la musique n'est pas le seul facteur à prendre en compte dans l'estime de soi. En effet, différentes causes peuvent entrer en compte dans la confiance en soi chez un enfant, ce qui implique le fait que l'estime de soi est multifactoriel dans la musique, dans le cadre scolaire et dans la sphère privée ; plusieurs exemples permettent d'illustrer ces multiples facteurs, comme l'exemple d'un événement traumatique subi par l'élève dans l'enseignement de la musique pouvant le détourner de cet art étant donné que ce dernier nuit à sa confiance en soi ; le fait de passer une audition peut se révéler être une source d'anxiété chez certaines personnes ; le rejet de l'instrument par l'enfant peut être causé par l'obligation d'un travail intensif de la part des parents.

Cette enquête auprès d'élèves de CM2 a permis de développer des compétences en tant que future professeure des écoles, et souligne le fait qu'un enseignant est à la fois un théoricien et un praticien. Il est important de constater quels sont les chemins utiles pour développer la curiosité, la motivation et l'épanouissement des élèves. Le but est ainsi de favoriser une estime de soi scolaire chez les élèves mais aussi artistique, en luttant contre des éventuelles pertes de confiance en soi chez ces enfants. L'enseignant doit avoir

conscience de ce qu'il doit développer et de ce qu'il développe chez l'élève. Dans *L'enfant, la musique et l'école*, Angélique Fulin souhaite que les enseignants en élémentaire entreprennent dans leur classe non pas un enseignement de la musique, mais plus précisément un épanouissement de l'enfant, afin qu'il devienne un adulte épanoui. D'autres aspects de la confiance en soi peuvent aussi être favorisés par d'autres types de pratiques comme les activités artistiques (arts visuels, théâtre...) ou sportives. Chaque enseignant doit amener, du moins essayer du mieux qu'il peut, la confiance en soi chez les élèves en permettant à chacun de s'exprimer dans l'activité qui lui correspond le mieux. En plus de cela, le professeur joue un rôle essentiel par son propre comportement vis-à-vis de l'élève (encouragements, marques d'approbation, compliments, attention accordée à l'enfant et à ses travaux sans jugement de valeur, etc) dans l'estime de soi propre à l'élève.

Cette étude présente des limites, mais celles-ci peuvent contribuer à de nouvelles recherches, notamment en prenant en compte un échantillon d'enfants plus élevé sur un temps plus long ; en établissant une comparaison entre les genres ; en établissant des recherches auprès d'enfants de divers milieux sociaux ; en se focalisant sur un aspect autre que la pratique instrumentale.

### ***Bibliographie :***

ANDRÉ C., LELORD F., 1999, *L'estime de soi – s'aimer pour mieux vivre avec les autres*, Paris, Édition Odile Jacob.

BENCIVELLI S., 2009, *Pourquoi aime-t-on la Musique ?*, Paris, Belin.

SHAVELSON R., HUBNER J.J., STANTON G.C., 1976, *Self-Concept : Validation of Construct Interpretations*.

SOULAS B., 2008, *L'éducation musicale, une pratique nécessaire au sein de l'école*, Paris L'Harmattan.

### ***Sources institutionnelles :***

Bulletin Officiel n°3 du 19 Juin 2008.

Circulaire N°2002-165, Classes à horaires aménagés musicales dans les écoles élémentaires et les collèges.

### ***Sitographie :***

Concept de soi :

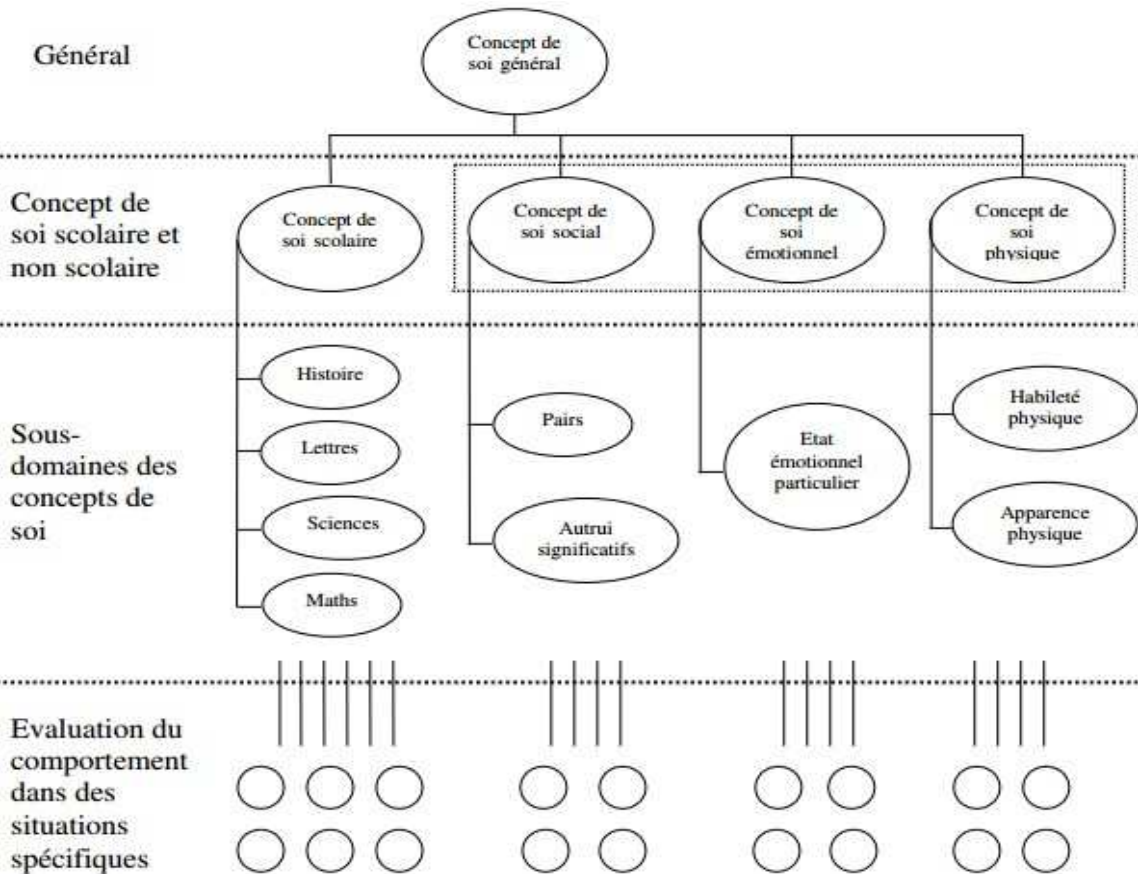
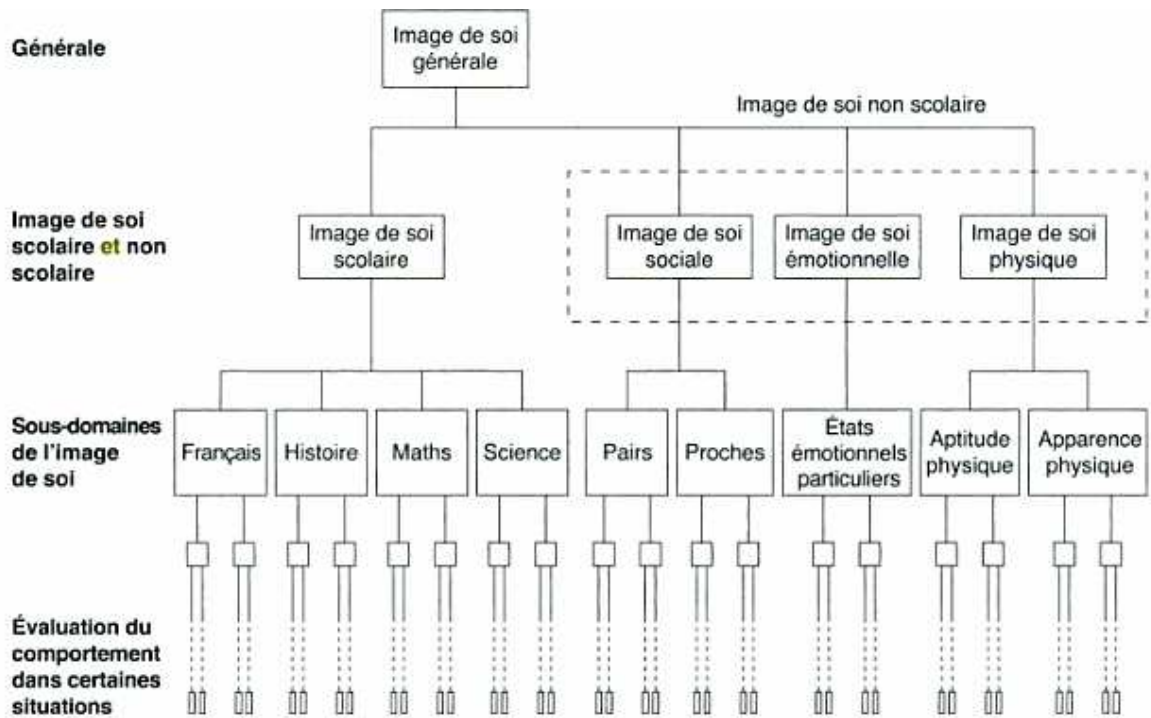
[http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/psy\\_0003-5033\\_1984\\_num\\_84\\_4\\_29051](http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/psy_0003-5033_1984_num_84_4_29051)

[http://www-sens.ujf-grenoble.fr/These\\_Chanal\\_2005.pdf](http://www-sens.ujf-grenoble.fr/These_Chanal_2005.pdf)

Estime de soi :

[http://www.srajbf.org/pdf/estime\\_de\\_soi.pdf](http://www.srajbf.org/pdf/estime_de_soi.pdf)

# Annexe 1



## Annexe 2

01. Je me mets facilement en colère.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
02. Je me sens bien dans ma peau.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
03. Je me trouve agité(e), énervé(e) et stressé(e).	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
04. Je suis rarement intimidé(e) et gêné(e).	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
05. En général, j'ai confiance en moi.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
06. Je suis content(e) de moi.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
07. Le plus souvent je réfléchis avant d'agir.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
08. Je suis une personne optimiste, car je vois les choses de façon heureuse.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
09. J'ai l'impression de faire les choses moins bien que les autres.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
10. J'ai peur ou je pleure quand on me fait des reproches.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
11. En général, j'ai l'impression que mes parents me comprennent quand je discute avec eux.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
12. Je suis très attaché(e) à mes ami(e)s.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
13. Je fais attention à ce que les autres me disent, en bien et en mal.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
14. En général, j'aime les activités de groupe.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
15. Je pense que les autres s'ennuient avec moi.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
16. Je me dispute souvent avec les autres.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
17. Je me sens mieux quand je suis seul(e).	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
18. J'aime qu'on me remarque et qu'on me félicite dans un groupe.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
19. Il me semble que les autres écoutent et font ce que je dis.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
20. Dans un groupe, je préfère me taire.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
21. Je me décourage facilement en classe quand je ne comprends pas ou quand je ne sais pas quoi faire.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
22. Je pense que mon professeur est satisfait de moi.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>

23. J'ai du mal à m'organiser pour faire mes devoirs d'école.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
24. Je ne travaille pas assez.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
25. Je comprends vite en classe.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
26. J'aime bien être interrogé(e) en classe.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
27. Les mauvais résultats scolaires me découragent facilement.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
28. En classe, quand je ne comprends pas je n'ose pas le dire.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
29. Je suis fier(e) de mes résultats scolaires.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
30. J'aime bien travailler en groupe.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
31. Mon but principal est de faire un métier qui me plaise.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
32. Je voudrais faire partie d'un groupe qui aide les personnes malheureuses ou en difficultés.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
33. Je serai content(e) de moi si j'arrive à faire de grandes choses dans ma vie.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
34. J'aimerais construire une vie de famille quand je serai adulte.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
35. J'ai confiance en mon avenir.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
36. Je suis vite démotivé(e).	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
37. J'arriverais à être bien moi-même si plus tard je fais ce qu'il me plaît.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
38. J'évite de penser à ce que je ferai plus tard.	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
39. Je voudrais être le/la plus apprécié(e).	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>
40. Je pense que tout le monde devrait s'inscrire à un club ou un groupe de son choix (activité sportive, musicale ...).	<b>VRAI</b>		<b>FAUX</b>



### Annexe 3

Classe CHAM

Soi social	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Mettre une croix si	V	V	V	V	F	F	F	V	V	F	
Élève : 1	X	X	-	X	X	X	X	X	-	X	8
2	X	X	X	X	-	X	-	X	X	X	8
3	X	X	X	X	-	X	X	X	-	X	8
4	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-	8
5	-	X	-	X	-	X	X	X	-	-	5
6	X	-	X	X	-	-	-	X	-	-	4
7	-	X	X	X	-	X	X	X	-	X	7
8	-	X	X	X	X	X	X	X	-	X	8
9	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	9
10	-	X	-	X	-	-	-	-	-	-	2
11	-	X	-	X	-	X	-	X	-	X	5
12	-	X	X	X	-	X	X	X	-	-	6
13	-	X	-	X	X	-	X	X	X	X	7
14	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	9
15	-	X	X	-	-	-	-	X	-	-	3
16	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	9
17	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	10
18	X	X	X	-	X	X	X	X	X	-	8
19	-	X	X	X	X	X	X	-	-	X	7
20	-	X	X	X	X	X	X	X	-	X	8
21	-	X	X	X	-	X	X	X	-	X	7
22	-	X	X	X	-	X	X	-	X	-	6
23	-	X	X	X	-	X	X	X	-	X	7
24	-	X	X	X	X	X	-	X	X	-	7
25	X	X	X	X	-	-	X	X	-	-	6
26	-	X	X	X	-	-	X	X	-	X	6
27	-	X	-	X	X	-	X	X	X	-	6
28	X	X	X	X	-	-	X	X	-	-	6
29	X	X	-	X	X	X	X	X	-	X	8

<b>Soi scolaire</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	
Mettre une croix si	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	
Élève : 1	X	X	X	X	X	X	X	-	X	X	<b>9</b>
2	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
3	X	X	X	X	-	X	-	-	-	X	<b>6</b>
4	-	-	-	X	X	-	X	X	-	X	<b>5</b>
5	X	X	X	X	-	X	X	X	X	X	<b>9</b>
6	-	-	X	X	X	X	X	-	X	X	<b>7</b>
7	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	<b>1</b>
8	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
9	X	X	X	-	X	X	X	X	X	X	<b>9</b>
10	X	-	-	-	X	-	X	X	-	X	<b>5</b>
11	-	X	-	X	X	X	X	-	X	X	<b>7</b>
12	X	X	X	X	X	X	-	X	X	X	<b>9</b>
13	-	X	-	-	-	-	X	X	-	X	<b>4</b>
14	X	-	-	X	-	X	X	X	X	X	<b>7</b>
15	X	-	-	-	X	-	X	X	-	-	<b>4</b>
16	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
17	X	-	X	X	X	X	X	-	X	X	<b>8</b>
18	-	X	-	X	X	-	-	-	X	X	<b>5</b>
19	X	-	X	X	X	-	X	X	-	X	<b>7</b>
20	X	-	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>8</b>
21	X	X	X	X	X	X	X	-	-	X	<b>8</b>
22	X	-	-	-	X	-	-	-	-	X	<b>3</b>
23	X	-	X	X	-	-	X	X	X	X	<b>7</b>
24	X	X	-	X	X	X	-	X	X	X	<b>8</b>
25	X	X	X	X	X	X	-	X	X	X	<b>9</b>
26	-	X	X	X	X	X	-	X	X	X	<b>8</b>
27	-	-	-	-	-	-	X	X	-	X	<b>3</b>
28	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	<b>0</b>
29	-	-	X	X	X	X	X	-	-	X	<b>6</b>

<b>Soi projectif</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>36</b>	<b>37</b>	<b>38</b>	<b>39</b>	<b>40</b>	
Mettre une croix si	V	V	V	V	V	F	V	F	V	V	
Élève : 1	X	X	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>9</b>
2	X	-	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>8</b>
3	X	X	X	X	X	X	X	-	X	X	<b>9</b>
4	X	-	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>8</b>
5	X	-	X	X	X	X	X	-	X	X	<b>8</b>
6	X	-	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>9</b>
7	X	-	X	X	X	X	-	X	-	X	<b>7</b>
8	X	-	X	X	-	X	X	X	X	X	<b>8</b>
9	X	-	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>9</b>
10	X	-	X	X	X	X	X	-	X	-	<b>7</b>
11	X	X	-	-	-	X	X	-	-	-	<b>4</b>
12	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
13	X	X	X	X	X	X	X	-	-	-	<b>7</b>
14	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-	<b>8</b>
15	-	-	X	X	X	X	X	X	X	-	<b>7</b>
16	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	<b>9</b>
17	X	X	X	X	-	X	X	X	-	X	<b>8</b>
18	X	-	X	X	X	X	X	-	X	-	<b>7</b>
19	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
20	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
21	X	-	X	X	X	X	X	X	X	-	<b>8</b>
22	-	X	X	X	-	X	-	-	-	X	<b>5</b>
23	X	X	X	X	-	X	X	-	-	-	<b>6</b>
24	X	-	-	X	X	-	X	-	X	X	<b>6</b>
25	X	X	X	X	X	-	X	X	-	X	<b>8</b>
26	X	-	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>8</b>
27	X	X	X	X	X	-	X	-	-	X	<b>7</b>
28	X	-	X	X	X	-	X	X	X	-	<b>7</b>
29	X	X	X	X	-	X	X	-	X	X	<b>8</b>

Classe ordinaire

<b>Soi social</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	
Mettre une croix si	V	V	V	V	F	F	F	V	V	F	
Élève : 1	X	-	-	-	X	-	X	X	X	X	<b>5</b>
2	X	-	X	-	X	-	X	X	X	X	<b>7</b>
3	X	X	X	X	-	-	X	X	-	X	<b>7</b>
4	-	X	X	X	X	-	-	-	-	X	<b>5</b>
5	-	X	-	X	X	X	X	X	-	-	<b>6</b>
6	-	X	-	-	X	-	-	X	-	X	<b>4</b>
7	X	X	-	X	X	-	-	X	-	X	<b>6</b>
8	X	X	-	X	X	X	X	X	X	-	<b>8</b>
9	-	X	-	X	X	-	X	X	-	X	<b>6</b>
10	-	X	X	X	X	X	-	X	-	-	<b>6</b>
11	X	X	X	X	X	X	-	X	X	-	<b>8</b>
12	-	X	X	X	X	X	-	-	X	-	<b>6</b>
13	X	X	-	X	X	X	-	X	X	X	<b>8</b>
14	-	X	X	X	-	X	X	X	-	X	<b>7</b>
15	-	X	-	X	-	X	X	X	-	-	<b>5</b>
16	-	X	-	X	X	-	-	X	-	-	<b>4</b>
17	-	X	-	X	X	X	X	X	-	X	<b>7</b>
18	X	X	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>9</b>
19	X	X	-	X	-	X	X	X	X	X	<b>8</b>
20	-	X	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>8</b>
21	X	-	X	X	X	X	-	-	X	X	<b>7</b>

<b>Soi scolaire</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	
Mettre une croix si	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	<b>F</b>	<b>F</b>	<b>V</b>	<b>V</b>	
Élève : 1	X	-	-	-	-	-	X	X	X	X	<b>5</b>
2	-	-	X	-	X	-	X	X	X	X	<b>6</b>
3	-	-	X	-	X	X	-	-	-	X	<b>4</b>
4	-	X	X	-	-	-	X	-	X	X	<b>5</b>
5	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>9</b>
6	X	-	-	-	-	X	X	X	X	-	<b>5</b>
7	X	-	-	-	-	X	-	X	X	X	<b>5</b>
8	X	X	X	X	X	-	-	X	X	X	<b>8</b>
9	X	X	X	X	X	-	X	-	X	X	<b>8</b>
10	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
11	X	X	X	X	X	X	-	X	X	X	<b>9</b>
12	X	X	X	X	X	-	X	-	X	X	<b>8</b>
13	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
14	X	-	-	X	X	-	X	-	X	X	<b>6</b>
15	X	-	-	X	-	-	X	-	X	X	<b>5</b>
16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	<b>1</b>
17	X	X	X	X	X	X	-	-	X	X	<b>8</b>
18	-	X	X	X	-	X	-	-	X	X	<b>6</b>
19	X	X	X	X	X	X	X	-	X	-	<b>8</b>
20	-	X	X	X	X	X	-	-	X	X	<b>7</b>
21	X	X	X	X	X	-	X	X	-	X	<b>8</b>

<b>Soi projectif</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>36</b>	<b>37</b>	<b>38</b>	<b>39</b>	<b>40</b>	
Mettre une croix si	V	V	V	V	V	F	V	F	V	V	
Élève : 1	X	-	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>8</b>
2	X	X	X	-	X	-	-	X	X	X	<b>7</b>
3	X	X	X	X	X	-	X	-	X	X	<b>8</b>
4	X	X	X	X	X	X	X	-	X	-	<b>8</b>
5	X	-	X	X	X	X	X	X	X	-	<b>8</b>
6	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
7	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
8	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
9	X	-	X	-	X	X	X	X	-	X	<b>7</b>
10	X	X	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>9</b>
11	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
12	X	X	X	-	X	X	X	-	X	-	<b>7</b>
13	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
14	X	X	X	X	X	-	X	X	X	-	<b>8</b>
15	X	X	X	X	X	X	X	X	-	X	<b>9</b>
16	X	X	X	-	X	X	-	X	-	X	<b>7</b>
17	X	X	X	X	X	-	X	-	-	X	<b>7</b>
18	X	X	X	X	-	X	X	X	X	X	<b>9</b>
19	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	<b>10</b>
20	X	X	X	X	X	-	X	X	X	X	<b>9</b>
21	-	-	-	-	X	X	-	-	-	-	<b>2</b>

« La musique nous plaît, elle nous émeut, elle nous excite, elle nous stimule ; et elle agit de même sur tous les êtres humains ».

« En dépit des apprentissages passés, chacun peut apprendre à considérer qu'il a de la valeur, avoir une haute estime de soi, avoir confiance en soi. Nous avons tous une sagesse interne, nous avons tous deux hémisphères cérébraux. Nous avons un cœur. Si nous pouvons accepter l'idée que nous avons la capacité d'envoyer des gens sur la lune, nous pouvons accepter d'élever le sentiment que nous avons de notre propre valeur ».

Une pratique instrumentale permet-elle de favoriser la confiance en soi chez des élèves de CM2 ? Pour répondre à cette question, il est utile de connaître les acceptions de l'estime de soi d'après divers auteurs, et de mettre en relation la théorie avec des données recueillies dans une classe CHAM et une classe ordinaire. Des constats peuvent être inattendus ...



**Liste de mots-clés :**

Amour de soi

Classe à horaires aménagées en musique

Classe ordinaire

Concept de soi

Confiance en soi

Éducation musicale

Estime de soi

Miroir social

Pratique instrumentale

Vision de soi